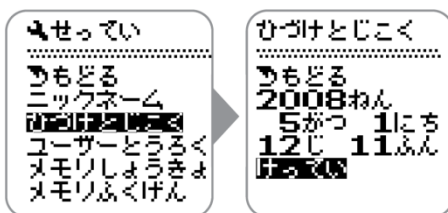
Ran's Night をご使用になる前に

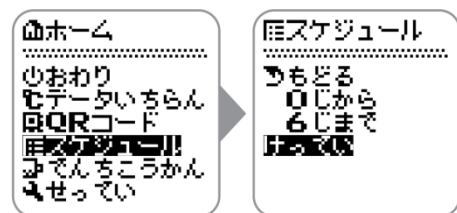
1.データを蓄積するRan's Storyに入会します

パソコンと携帯で使う方	携帯のみで使う方
① Ran's Storyサイト http://rans-story.jp から入会登録 ② ログイン後[設定変更]→[携帯メールアドレス登録] ③ 届いたメールからアクセスし、ログイン画面をブックマーク（お気に入り）に登録	① 携帯からRan's Storyに入会登録 http://rans-story.jp 左のQRコードを撮影してサイトにアクセス「メールでかんたん登録」をクリックして空メールを送信、届いたメールからアクセスし入会登録をします
④ 携帯アドレスとパスワードを入力してログイン	② ログイン画面をブックマーク（お気に入り）に登録
⑤ トップ画面下方より[かんたんログイン設定]	③ トップ画面下方より[かんたんログイン設定]

2.Ran's Night機器IDをRan's Storyに登録します

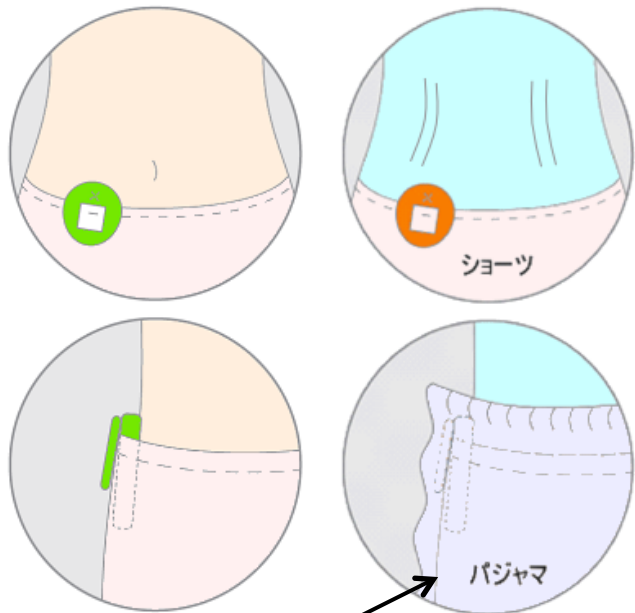
3.日付と時刻を合わせます

年、月、日、時、分を合わせたら「**けってい**」にカーソルを置き、セットボタンを押します
※時刻は「24時間表示」です

4.スケジュールを設定します

スケジュール
もどる
0じから
6じまで
けってい

おおよそいつも眠っている「時間帯」に合わせます
※**毎日セットし直す必要はありません**
朝9時を過ぎると、温度が上がりすぎるので、遅くても「**2じから8じまで**」の設定をおすすめします

※ 電池のセット方法やお取り扱い上の注意など、詳しい操作方法については、「取扱説明書」をご確認下さい
※ 「保証書」は取扱説明書に印刷されております。お買上日がわかる領収証等を張り付けて保管して下さい

装着は？

肌に直接、または、薄手の下着の上から（布1枚程度なら間に入ってもOK）毎日ほぼ同じ条件で装着してください

身体にフィットさせ、パジャマや腹巻でカバーしたり掛け布団でしっかり覆うことが上手に測るコツ！

※計測スケジュール時間内はボタン操作をしないで下さい

送信は？

① 朝起きてから日中の間に、真ん中の「セットボタン」を押し、データをQRコードで表示します
② 携帯電話の「バーコードリーダー」で読み取って、クリックするとRan's Storyにアクセスします
③ 「かんたんログイン」をすると、データ送信が完了

①

②

③

※QRコード表示中に「ダウンボタン」を押すと、前日のQRコードを表示することができます

グラフは？

★パソコンでは、
1周期毎、3ヶ月、6ヶ月の折れ線グラフを表示します

★携帯では、
1周期毎、3ヶ月グラフを、低温は★
高温は★で表示します

記録は？

※毎日の記録は、「マイダイアリー」から行います

月経開始日、色/量も記録

「マイレコード」で周期毎の一覧が表示されます

「マイステージ」で
今日はここ！とお知らせ

キューオーエル株式会社
http://www.QOL21.com
QOL

〒206-0011 東京都多摩市関戸 1-11-7グリービル 4F

お客様サポートセンター
0268-75-2380
support@QOL21.com
受付時間：午前9時30分～午後5時30分（土・日・祝日及び夏期・冬期の休暇期間を除く）